



Laura Vogt macht andere Goalies stark

Mit ihrer Firma Mindsave unterstützt die ehemalige Schülerin der Kanti Baden andere Goalies dabei, einen kühlen Kopf zu bewahren.

Sarah Kunz

Klar erzielen die Feldspieler die Tore. Aber die WM 2026 zeigt einmal mehr: Goalies tragen eine ebenso grosse Verantwortung über Sieg und Niederlage. Alleine zwischen den Pfosten ist er der Letzte, der einen Fehler noch ausbügeln kann – oder der Erste, dem eine Niederlage angelastet wird.

Das verlangt starke Nerven. Und genau dafür sorgen Laura und Carmen Vogt.

Den Anstoss lieferte einst die Kanti Baden, genauer das Company-Programm der Non-Profit-Organisation Young Enterprise Switzerland (YES) an der Wirtschaftsmittelschule. Damals, 2017, war Laura Vogt CEO des Miniunternehmens «identitea». Gemeinsam mit anderen Schülerinnen und Schülern vertrieb sie Teeflaschen und eigene Teesorten. In ihrem Jahrgang schafften sie es unter die Top 25 der Schweizer YES-Miniunternehmen.

Auch das GC- und das FCSSG-Trikot getragen

Ein prägendes Erlebnis, sagt die heute 26-Jährige rückblickend. Denn sie habe erkannt, wie viel Freude es ihr bereitet, ein eigenes Unternehmen zu führen. «Da habe ich entschieden, spä-



Goalie Laura Vogt (im Bild) bietet Mentalcoaching für Goalies an.

Bild: zvg/Loic Chardonnets

ter mein eigenes Ding zu machen.» Heute lebt Vogt in Aesch LU, ist Torhüterin beim FC Luzern in der höchsten Schweizer Frauenliga und Geschäftsführerin der Mindsave GmbH – eines Unternehmens für Mentalcoaching, das sie gemeinsam mit ihrer Mutter Carmen gegründet hat. Im deutschsprachigen Raum gehört es zu den wenigen Anbietern, die sich ausschliesslich auf Mentaltraining für Goalies spezialisieren.

«Ich habe mein ganzes Leben Fussball gespielt», erzählt Laura Vogt. Während ihrer Zeit an der Kanti Baden spielte sie bei GC und Aarau, später in den USA, wo sie Sportpsychologie studierte. Vor ihrem Wechsel zu Luzern diesen Sommer spielte sie beim FC Rapperswil-Jona, auch beim FC St. Gallen war sie schon. Auch Mutter Carmen ist Sport-Mentalcoach. «Mit dieser Ausgangslage war es naheliegend, dass wir uns auf die Nische der Goalies fokussieren.»

Dass Goalies vor besonderen Herausforderungen stehen, weiss Vogt aus eigener Erfahrung. «Ein Stürmer kann zehnmal vergebend. Trifft er einmal entscheidend, ist er der Matchwinner.» Beim Goalie sei es umgekehrt: «Wir können zehn Glanzparaden machen – lassen wir einen blöd durch, sind wir die Loser.»

Mit diesem Druck müsse man umgehen können. Oft ohne dass sich Mitspielerinnen und Mitspieler der Herausforderun-

gen dieser Position bewusst seien. Hinzu komme, dass immer nur ein Goalie spielen kann und dieser nur selten ausgewechselt wird, was für den Ersatzgoalie sehr undankbar sei.

Wer im Tor steht, brauche deshalb eine andere mentale Unterstützung als im klassischen Mentalcoaching. Laura Vogt übernimmt bei Mindsave die Rolle der Geschäftsführerin. Die Coachings absolvieren Carmen und Laura Vogt zusammen. Diese finden online in Gruppen statt – etwa für angehende Profi-Goalies in den Sportarten Fussball, Unihockey, Handball und Eishockey. Auch Workshops für Vereine bieten die beiden Frauen an.

Trotz 1,61 Metern hat sie es weit gebracht

Im Zentrum steht dabei die Stärkung des Selbstvertrauens: Die Teilnehmenden erhalten Werkzeuge, um mit Druck umzugehen, und entwickeln ein klares Verständnis ihrer Rolle auf und neben dem Feld. «Sie sollen sich wie eine Wand fühlen, die nichts durchlässt», sagt Vogt.

Sie kann viel von ihrer eigenen Erfahrung einbringen. «In meiner Karriere gab es viele Stolpersteine», erzählt sie. Der grösste: ihre Grösse. Vogt misst 1,61

Meter und ist damit eigentlich zu klein für eine Profi-Torhüterin. «Ich wurde oft übergangen und erhielt viele Chancen nicht – schlicht, weil ich zu klein war.»

Mit Durchhaltewillen und Talent habe sie sich dennoch durchgesetzt, sich weiterentwickelt und bewiesen: Körpergrösse ist nicht alles. Vor allem dann nicht, wenn mentale Stärke, Selbstvertrauen und Konzentration stimmen. «Heute spiele ich in der Super League, obwohl früher kaum jemand daran geglaubt hat.»

Gerade diese Erfahrungen sieht sie als Vorteil in ihrer Arbeit als Coach. «Ich hatte keine Bilderbuchkarriere. Und genau das hilft mir heute.» Sie könne Rückschläge einordnen und weitergeben, ebenso wie die Überzeugung, dass sich diese überwinden lassen.

Am schönsten sei es, die Entwicklung der jungen Torhüterinnen und Torhüter zu beobachten und mitzuerleben, wie sie wachsen. Langfristig soll Mindsave zum Marktführer im deutschsprachigen Raum werden und international expandieren – damit noch mehr Talente ihre anspruchsvolle Rolle als letztes Glied in der Kette erfolgreich ausfüllen können.

Autor: Sarah Kunz

65% der Originalgrösse